



### Votre Panier

#### Panier à 8,50€

Céleri rave (1 pièce)

Navets (330g)

Patates douces (400g)

Radis d'hiver (300g)

(\* Production du jardin

#### Panier à 12€

Courge (1 pièce)

Navets (400g)

Oignons (250g)

Patates douces (850g)

Radis d'hiver (500g)

#### Panier à 17€

Courge (1 pièce)

Fenouil (700g)

Navets (500g)

Oignons (500g)

Patates douces (1kg)

Radis d'hiver (500g)

### Actualités

Bonjour à tous,

Nous sommes heureux d'accueillir au jardin 5 nouveaux salariés ces dernières semaines : Sophie, Marine, Lorenzo, Stéphane et Léa.

En ce moment : récolte des courges, désherbage des épinards, plantation des légumes d'hiver. Les blettes de la nouvelle serre sont magnifiques, le sol ayant été au repos pendant plusieurs mois.

Bonne semaine,  
L'équipe Soli-Bio



### Astuce écolo ou jardinage

Pour économiser de l'énergie, pensez à éteindre vos lumières et débrancher les appareils en veille.

### L'Idée Recette

#### Tarte aux navets

Pour 6 personnes

Préparation : 30 mn – Cuisson : 55 mn

#### Ingrédients :

- 1kg de navets roses
- 2 œufs + 1 jaune d'œuf
- 40g de beurre
- 4 cuillères à soupe de crème fraîche
- Lardons
- 1 pâte brisée
- Sel, poivre et persil
- 2 pincées de sucre

#### Recette :

- Epluchez, rincez et coupez les navets en fines rondelles.
- Faites-les revenir dans une sauteuse à fond épais avec le beurre. Salez, poivrez, ajoutez le sucre et 2 verres d'eau. Laissez étuver à feu doux 15 mn puis faites évaporer l'eau.
- Faites cuire les lardons à la poêle.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Etalez la pâte dans un moule beurré, piquez le fond, faites cuire à blanc pendant 10 mn.
- Mélangez œufs et crème, poivrez, salez.
- Sortez le fond de pâte, disposez les navets et les lardons puis versez le mélange œufs-crème.
- Remettez la tarte au four et laissez cuire 30-35 mn.
- Saupoudrez la tarte de persil haché et servez bien chaud.

### La semaine prochaine

Aubergines, blettes, chou, échalotes, fenouil, poivrons, tomates (sous réserve de changement)